

РЕАЛІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧИХ ТЕХНОЛОГІЙ У СУЧАСНОМУ ПОЗАШКІЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

*«Сутність здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій постає в комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберегти наявний стан дитини, формувати більш високий рівень її здоров'я, навичок здорового способу життя.»
(Т. Бойченко)*

На сучасному етапі розвитку нашого суспільства спостерігається погіршення стану здоров'я населення та проявляється тенденція розширення впливу негативних чинників на суспільну мораль і стан духовного здоров'я особи. Це потребує нових підходів до якості сучасної освіти.

Однак, необхідно розуміння, що нова якість освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного суспільства, може бути досягнута лише при створенні певних умов організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю дітей та молоді і буде спрямований на збереження, зміцнення і формування їхнього здоров'я. А це вимагає від педагогів застосування своєрідних підходів в освіті і виховання на основі здоров'язбереження.

Сьогодні актуальною є проблема, яка постає в складних економічних умовах навчання і виховання активної, думуючої, духовно і фізично здорової молоді людини. Саме вона буде формувати суспільство, яке забезпечить сталий розвиток нашої держави.

Однією із важливих особливостей, яка сприятиме входження молоді людини в доросле життя є створення якісного, здорового природного та психологічного довкілля і фізично здорового, загартованого організму.

Одним із пріоритетних напрямів виховання дітей та молоді у позашкільних навчальних закладах є формування культури здоров'я та валеологічного світогляду, позитивної мотивації на здоровий спосіб життя, що є одним із напрямів Національної Доктрини розвитку освіти. Саме з цією метою у навчальних закладах рекомендується застосування здоров'язберігаючих та здоров'яформуючих технологій.

Слід зазначити, що поняття «здоров'язберігаюча» можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я вихованців та педагогів. І саме головне, що будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язберігаючою.

Знання, володіння і застосування здоров'язберігаючих технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога позашкільного закладу. Педагогічні працівники у тісному взаємозв'язку з вихованцями, батьками, практичними психологами, соціальними педагогами та усіма тими, хто зацікавлений у збереженні і зміцненні здоров'я дітей, спроможні створити здоров'язберігаюче освітнє середовище.

Поняття «здоров'язберігаючі технології» об'єднує в собі всі напрями діяльності навчального закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Під здоров'язберігаючими технологіями вчені пропонують розуміти:

- сприятливі умови навчання дитини (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);
- оптимальну організацію навчально-виховного процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);
- повноцінний та раціонально організований руховий режим.

Наведемо одну з деяких запропонованих науковцями класифікацій здоров'язберігаючих освітніх технологій.

Аналіз класифікацій існуючих здоров'язберігаючих технологій дає можливість виокремити такі типи (О. Вашенко):

- здоров'язберігаючі – технології, що створюють безпечні умови для перебування, навчання та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини;
- оздоровчі – технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення фізичного здоров'я дітей, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров'я: фізична підготовка, фізіотерапія, ароматерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;
- технології навчання здоров'ю – гігієнічне навчання, формування життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем позашкільної освіти;
- виховання культури здоров'я – виховання в дітей особистісних якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров'я, формуванню уявлень про здоров'я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров'я, здоров'я родини.

Слід зазначити, що впровадження здоров'язберігаючих освітніх технологій пов'язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров'язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

Одним з пріоритетних напрямків роботи комунального закладу «Кіровоградський обласний центр еколого-натуралістичної творчості учнівської молоді» є виховання свідомого ставлення до власного здоров'я та формування здорового способу життя, основними завданнями якого є:

- зміцнення морального та фізичного здоров'я вихованців;
- привернення уваги учнівської молоді до власного здоров'я та розвиток умінь та навичок збереження його;
- постійна пропаганда принципів здорового способу життя;
- інформування дітей та підлітків про негативні наслідки вживання наркотичних засобів;
- залучення батьків та громадськості до утвердження принципів здорового способу життя.

Тому, в закладі значна увага приділяється роботі за програмою «Здоровим бути модно!», розроблена та створена «стежина здоров'я».

Метою програми «Здоровим бути модно!» є створення цілісної системи формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дитини та негативного ставлення до шкідливих поведінкових звичок, підтримка і розвиток національних та родинно-сімейних традицій здорового способу життя та виховання здорової дитини, широке залучення батьків до цього процесу, а також залучення учнівської молоді до активної участі у просвітницькій роботі з пропаганди здорового способу життя в середовищі однолітків.

Програма передбачає створення комфортних умов навчання та виховання в обласному позашкільному закладі та вирізняється системним підходом до формування компетентної, здорової та творчої особистості. В реалізації цієї програми важлива роль належить працівникам позашкільного закладу.

З рекреаційно-оздоровчою метою в нашому закладі створена «стежина здоров'я». Сучасні школярі все рідше спілкуються з природою, спостерігається процес відгородження дитини від природи, яка, подекуди, стає навіть чужою, незнаною та незнайомою. Природа, як відомо, є одним з основних джерел формування дитячої уяви та відчуттів. Тому у нашому закладі виникло бажання змінити уже стале середовище, створити індивідуальний і стильний вигляд території закладу, який би відповідав загальним законам організації простору під відкритим небом, які здавна відомі людям, а також відповідали б певним тенденціям сучасного ландшафтного дизайну.

«стежка здоров'я» сприяє: пропаганді валеологічного виховання, профілактиці плоскостопості, поліпшенню координації руху, поліпшенню функцій серцево-судинної та дихальної систем, підвищенню опірності інфекційним захворюванням, поліпшенню емоційно-психологічного стану дітей та залученню дітей до здорового способу життя.

«стежка здоров'я» складається з «стежини дотику» і «саду запахів». Сама стежина має довжину 22 м і ширину 0,5 м, та ділиться на ділянки від 1м, які мають різне покриття: трав'яний покрив, спили дерев, шишки, жолуді, крупну та дрібну гальку, каштани, тирсу, гілки дерев, пісок річковий, керамзит.

Керівники гуртків ОЦЕНТУМ широко застосовують у своїй педагогічній роботі розвиваючі вправи на «стежині дотику», де діти ходячи босоніж по піску, гравію, тирсі, опалому листі та інших природних чи штучних матеріалах, або обстежуючи предмети руками, мають можливість отримувати різноманітні сенсорні враження, формувати уявлення про властивість насипних матеріалів чи оточуючих об'єктів, відкривати свій внутрішній світ і розширювати свої знання про навколишню природу.

Вправи на «стежині дотику» не лише розвивають органи чуття дитини, а й спонукають її до розумової дії. Розвивальні заняття проводяться для різних вікових груп, але всі включають наступні етапи:

- орієнтовний – спрямований на формування позитивного психологічного клімату між учасниками занять, ознайомлення з правилами та структурою занять;
- розвиваючий – направлений на розвиток відчуттів і сприймання, релаксацією, отримання різноманітних сенсорних вражень, формування уявлення про властивості різних природних матеріалів, розширення знань про оточуючий світ;
- підсумковий – розширення кругозору про свій внутрішній світ, оточуюче середовище, психологічне розвантаження, створення позитивного досвіду спілкування з природою, гармонізація всіх психічних процесів.

Діти проходять по стежці босоніж, виконуючи дихальні вправи. В «саду запахів» висаджені рослини-фітонциди: хвойні, квіткові, пряні, овочеві, ягідні, ефірно-олійні рослини. «Сад запахів» є живою лабораторією, в якій діти, знайомлячись з різноманітністю пахучих рослин та біологічною функцією запахів, навчаються сприймати природу органами чуттів, знімати стрес, розпізнавати, описувати запахи і орієнтуватись в них.

На «стежці здоров'я» використовується різне обладнання: спортивне, та ігрове. Це сприяє розвитку і зміцненню м'язів плечового поясу та спини, а також поліпшенню постави дітей.

Ігри та вправи, які розробили педагогічні працівники ОЦЕНТУМ, вчать «всіма почуттями» спілкуватися з природою і відчути гармонію між фізичним та духовним станом. Головні завдання, які вирішують педагоги, працюючи на «стежині дотику» та «саду запахів» – допомогти дитині, підлітку, всебічно і гармонійно розвиватися, цінувати і підтримувати своє здоров'я, вірити в себе і оточуючий світ, прагнути добра, істини та краси.

На думку педагогічного колективу комунального закладу «Кіровоградський обласний центр еколого-натуралістичної творчості учнівської молоді» актуальною проблемою сьогодення є збереження здоров'я дітей, позитивна мотивація на здоровий спосіб життя, як цінності у педагогів, вихованців та їхніх батьків. Особлива увага в навчальних закладах повинна приділятися збереженню здоров'я вихованців. А головним завданням позашкільних навчальних закладів, що реалізують ідеї здоров'язберігаючої освіти є створення особливого освітнього середовища, яке б зумовлювало процес формування у дітей навичок культури здоров'я, безпечної поведінки, вміння робити єдино правильний вибір на користь здорового способу життя.